

Erziehung und Smartphone

Smartphone und Co. haben unser Leben verändert. Das trifft vor allem auch auf unsere Kinder und Jugendlichen zu **VON STEFFEN HEIL**

Kaum etwas hat unser Leben in den vergangenen Jahren so sehr beeinflusst wie das Internet und die weite Verbreitung von Smartphones. So eröffnet Autor Thomas Feibel sein Buch „Mach Deinen Medienführerschein“. Und lassen wir Corona mal außen vor, so hat Thomas Feibel mit seiner Aussage sicherlich recht: Smartphone und Co. haben unser Leben verändert. Das trifft vor allem auch auf unsere Kinder und Jugendlichen zu. Viele von ihnen sind scheinbar ständig „on“! Und das verwundert ja auch nicht, denn gerade Smartphones sind nützliche Alleskönner. Allerdings wissen wir längst, dass wir mit unseren „Handys“ viel mehr Zeit verbringen, als es gut für uns ist. Das bestätigt inzwischen auch die Medienforschung. So geht es häufig: Das Smartphone meldet sich mit einem lauten „Ping“. Man wirft einen Blick auf die neue Textnachricht und schaut noch kurz auf die Nachrichten-App oder sieht nach, wie das Wetter morgen wird. Dann stößt man beiläufig auf einen interessanten Blogbeitrag und ehe man sich versieht, war man eine Stunde im Netz. Eigentlich wollte man die Zeit doch für etwas ganz anderes nutzen.

Kinder und Jugendliche setzen digitale Medien dabei noch viel selbstverständlicher ein als wir Erwachsenen. Dies gilt vor allem dann, wenn die Eltern noch in einer Zeit ohne internetfähige Handys aufgewachsen sind. Bei der Nutzung digitaler Medien sind Kinder sozusagen „Muttersprachler“. Aber beherrschen unsere Kinder diese Muttersprache tatsächlich? Die technische Seite verstehen sie häufig sicherlich besser als die eigenen Großeltern. Gehen sie mit der Technik aber auch gesund und verantwortlich um? Wer bringt unseren Kindern einen reflektierten und kritischen Umgang mit den digitalen Medien bei? Wir Erwachsenen sind es wohl mehrheitlich leider nicht, denn bei der Nutzung von Smartphone und Co. taugen wir viel zu selten als gute Vorbilder. Und ja, das trifft natürlich nicht auf alle zu. Betrachten wir es für einen kurzen Moment einmal aus der Lebensrealität eines Kleinkindes:

Für eine gesunde Entwicklung brauchen gerade kleine Kinder die tägliche Zuwendung und den häufigen Blickkontakt der Eltern. Da der durchschnittliche Smartphone-Nutzer täglich um die 80 bis 100 Mal pro Tag zum Smartphone greift kommt es immer wieder vor, dass unsere Kinder mit



Das Smartphone ist für Jugendliche heute unersetzbar.

Foto: Imago Images

dem Smartphone um unsere Aufmerksamkeit buhlen. Vielleicht sagen Sie sich jetzt, dass es die Jugendlichen auch nicht anders machen. Sie klicken ja ständig und überall auf ihrem Handy herum. Das stimmt, aber wer hat es ihnen denn vorgemacht? Karl Valentin soll einmal gesagt haben „Du kannst deine Kinder nicht erziehen, sie machen dir ohnehin alles nach!“ Und das gilt eben auch für die Mediennutzung.

Es geht nun aber keineswegs darum, den technischen Fortschritt in Bausch und Bo-

gen zu verteuern. Doch wir sollten aufmerksam bleiben für seine Gefahren. Übermäßige Smartphone-Nutzung wirkt sich schlecht auf die Gesundheit aus. Die Dosis macht das Gift. Zucker, Alkohol, Smartphone – all das bleibt in Maßen harmlos, im Übermaß kann der Konsum jedoch negative Auswirkungen haben.

Das Smartphone fungiert hier übrigens als Sammelbegriff für alle anderen Bildschirmmedien – vom guten alten Fernseher zum Tablet über die Spielekonsole bis zu di-

versen Streaming-Angeboten. Ach ja, vergessen wir die zahlreichen Sozialen Netzwerke nicht. Das Konsumangebot ist riesig. Da Kinder in erster Linie (noch) zuhause lernen, wie eine gesunde Mediennutzung funktioniert, kommt den Eltern hier eben auch eine besondere Vorbildrolle zu. Es kann auch nicht darum gehen, den Eltern einen universal gültigen Vorwurf zu machen. Vielmehr muss es darum gehen, Eltern zu unterstützen.

Wollen Eltern ihre Kinder beispielsweise vor übermäßigem Medienkonsum schützen, müssen sie das richtige Nutzungsverhalten vorleben. Dabei helfen ganz einfache Regeln: Schalten Sie das Smartphone vor dem gemeinsamen Abendessen aus. Setzen Sie sich nicht mit Tablet oder Handy vor den Fernseher. Schaffen Sie Smartphone-freie Zonen. Der gesunden Nachtruhe zuliebe sollte das Schlafzimmer auf jeden Fall handyfrei bleiben. Falls Sie keinen Wecker haben: Kaufen Sie sich einen, es lohnt sich. Und im Straßenverkehr gilt selbstverständlich: Kein Blick aufs Smartphone – auch nicht an der roten Ampel. Wenn Eltern diese Regeln beherzigen, machen sie es ihren Kindern leichter, mit den neuen Medien maßvoll und sicherer umzugehen.

Gestalten anstatt zu konsumieren! Bei der Beurteilung des gesellschaftlichen Werts der neuen Technik sollten wir aber auf keinen Fall die positiven Seiten übersehen. Hinter digitaler Technik und damit auch den digitalen Medien verbirgt sich enormes Potenzial. Sie eröffnen ungeahnte Möglichkeiten. Ohne digitale Medien wäre in Zeiten von Corona die Fortführung des Schulunterrichts undenkbar. Und die dabei aufgetretenen Defizite bei der Anwendung machen uns deutlich, dass wir noch viel zu lernen haben. Noch kennen wir uns viel zu wenig mit der Technik und den damit verbundenen Möglichkeiten aus. Denn nur wenn wir die Technik besser verstehen und sie als nützliche Werkzeuge außerhalb des bloßen Medienkonsums einsetzen, können wir die Vorzüge nutzen und die Gefahren richtig einschätzen.

Wir müssen unsere Kinder also nicht nur bei der gesunden und verantwortlichen Mediennutzung unterstützen. Wir sollten sie auch aktiv dazu animieren, die digitale Technik als Schlüsselqualifikation ihrer eigenen beruflichen und sozialen Zukunft anzunehmen. Digitale Medien sind Werkzeuge. In der Zukunft wird es von entschei-

dender Bedeutung sein, ob wir diese digitalen Werkzeuge innovativ und zukunftsweisend einsetzen.

Je mehr wir selbst zu digitalen Gestalterinnen und Gestaltern werden, desto weniger degradieren wir uns zu reinen Medienkonsumenten. Und das ist schließlich der Schlüssel zu einer reflektierten, gesunden und eigenverantwortlichen Mediennutzung. Zukunftsforscher sehen in Eigenschaften wie „Kreativität“, „Sozialer Kompetenz“, „kritischem Denken“, „Flexibilität“ und „Entscheidungsfähigkeit“ wesentliche Erfolgsfaktoren eines gelingenden Lebens. Sind das nicht Fähigkeiten, die in der Vergangenheit auch für uns selbst zählten? Heute kommt die „digitale Kompetenz“ hinzu. Mit Herz, einer gesunden Portion Neugier und Verstand werden wir auch diese Kompetenz erwerben. Und im besten Fall machen wir uns gemeinsam mit unseren Kindern dazu auf, die digitale Welt und die damit verbundenen Möglichkeiten zu entdecken.



Steffen Heil ist Geschäftsführer der Auerbach Stiftung. Nach seinem Studium gründete Steffen Heil ein Beratungsunternehmen, an der Schnittstelle zwischen Wirtschaft und Non Profit Sektor. Dort entwickelte er zehn Jahre lang Unternehmensstrategien in den Bereichen Corporate Social Responsibility (CSR), Marketing und Kommunikation. Mit der Geburt seiner Tochter wechselte er in den Vorstand der Auerbach Stiftung. Was den verheirateten Vater zweier Kinder antreibt: „Es wird viel über die technischen Herausforderungen und Gefahren der digitalen Zukunft gesprochen. Wir sollten auch über die Chancen sprechen, welche die Digitalisierung für die Menschen bereithält.“

Foto: Heike Brantsch

Mama, du bist die Sonne im Haus!

An vielen Fronten wird gegen Mütter und gegen die ureigenste Berufung der Frau gekämpft.

VON MANUELA FLETSCHBERGER

Mutterschaft, dieses Wort klingt in zeitgenössischen Ohren altmodisch und einfältig. Auf keinen Fall schön oder gar erstrebenswert.

Im öffentlichen Leben sind immer mehr Gruppierungen präsent, die offen gegen das Muttersein angehen: „#regretting motherhood“ (zu deutsch: Bedauern der Mutterschaft), oder „GINK – green inclination, no kids“, also „kinderlos aus ökologischen

Gründen“. Man ist an einem Punkt angekommen, an dem die Wertschätzung um die mütterliche Berufung und Würde, so tief gesunken ist, dass ein Neuanfang dringend geboten ist. Es ist von gesellschaftstretender Wichtigkeit, hier einen Paradigmenwechsel zu initiieren. Es mag überraschen, dass mein Aufruf nicht die Politik oder entscheidungsmächtige Personen als Adressaten hat, sondern dass er an die Mütter geht!

Als Mütter erleben wir Gegenwind auf breiter Front. Ist man redlich bemüht, eine gute Mutter zu sein, weht einem aus beinahe jeder Tür, die man öffnet, Gegenwind entgegen. Beim Amt, im Kindergarten, in der Schule, beim Arzt, in der Kirche, im Geschäft.

Die Welt ist so ausgeklügelt gescheit. Hat man uns doch bereits weisgemacht, dass Pädagogen als Erzieher das Beste für unsere Kinder sind. Die öffentliche Meinung scheint das Non-Plus-Ultra zu sein, das, woran wir einfach unsere Meinung anpassen können. Aber: „Man darf die Mehrheit nicht mit der Wahrheit verwechseln.“ (Jean Cocteau) Hausverstand und selbstständiges Denken ist gefragt. Auch wenn gegen den Strom schwimmen anstrengt, ist jetzt der Moment gekommen, kraftvolle Schwimmszüge gegen den Mainstream zu machen – unseren Kindern zuliebe!

Apropos Liebe. Die Liebe ist unsere größte Stärke und gleichzeitig unsere schärfste Waffe. Zeigen wir einer Welt, die so hart und unnachgiebig ist, was Liebe ist. Tagtäglich geben wir uns für unsere Kinder hin. Diese Zärtlichkeit trifft die Welt und bricht sie in ihrer Härte auf. Denn vieles mögen Pädagogen können, bedingungslos lieben können sie nicht.

Wir brauchen Mütter, die tun, was ihnen ihr Herz sagt. Stehen wir auf! Voll Mut. Kämpfen wir wie Löwinen um unsere Kinder. Voller Einsatz ist gefragt! Wir können das! Keine Angst! Keiner weiß besser als wir, was „voller Einsatz“ heißt.

Leben wir Mütter unsere gottgegebene Berufung, dann tragen wir unseren Teil zur Kultur des Lebens bei, dann blühen Familien neu auf und werden gesund. Denn gesunde Familien sind dort, wo starke Mütter sind. Wir stehen auf, obwohl wir vor Müdigkeit nicht mehr können. Wir helfen, obwohl wir gerade anderes zu tun haben. Wir lieben, obwohl unsere Nerven angespannt sind.

Wir Mütter sind es gewohnt, für unsere Kinder in die Bresche zu springen. Springen wir doch auch für das Muttersein in die Bresche. Helfen wir gemeinsam mit, das wunderbare Bild der Mutter wiederherzustellen.

Doch wo fangen wir an? Bei uns selbst! Wir Mütter müssen in unserem Herzen erfassen, wie wichtig, wertvoll und unentbehrlich wir für unsere Familie, für die Menschen und für die Gesellschaft sind. Das wunderbare Mutterbild, das Gott sich erdacht hat, das er in seiner großen Weisheit Pinselstrich um Pinselstrich gezeichnet hat, gilt es vom Grauschleier zu befreien, damit es mit seiner durchdringenden Leuchtkraft neu erstrahlen kann.

Lassen wir uns nicht verunsichern. Lassen wir uns nicht einreden, was für unsere Kinder das Beste sei. Unser Herz weiß es besser!

Wir sind gerufen, uns neu auf unsere Berufung auszurichten. Wir selbst müssen den unschätzbaren Wert unseres Daseins erkennen, indem wir uns klar vor Augen führen, dass unseren Platz niemand sonst einnehmen kann, und dass die Schätze, die die Mütterlichkeit der Welt zu geben hat, nur wir geben können.

Darum rufe ich heute allen Müttern eine unumstößliche Wahrheit zu:

Mama, du bist unersetzbar! Du bist das Herz Deiner Familie! Die Sonne im Haus! Es gibt Dinge, die kriegen nur wir auf die Reihe und damit meine ich vor allem Dinge, die uns aufgrund unserer einzigartigen Bindung zu unseren Kindern möglich sind.

Erkennen wir unseren Wert, dann wird ihn auch Schritt für Schritt die Welt erkennen. Das geht Hand in Hand. Unterschätzen wir nicht unsere unentbehrliche Rolle! Setzen wir uns gemeinsam ein für diese Vision.

Dann wird uns kein rauer Wind mehr umwehen können und unser positives Vorbild wird andere Mütter anregen, unserer Spur zu folgen.

So könnte es beginnen!



Seit vier Jahren verlegt Manuela Fletschberger gemeinsam mit Tatjana Schnegg das Müttermagazin SONNE IM HAUS. Basierend auf ihrem christlichen Wertefundament wollen sie Mamas in ihrem Alltag stärken. Genauere Informationen auf: www.sonneimhaus.com

Foto: Sonne im Haus